



PM

GK Motus-Salto och GF Syds Trupptävlingskommitté hälsar dig välkommen till

RegionÅttan

Datum: 19–20 oktober 2024

Plats: Heleneholms sporthall, Ystadvägen, 214 30 Malmö

INFORMATION

Information och upplysningar lämnas av: Sandra Malmborg Tel: 0705 20 85 89,

Mejl: sandra-malmborg@hotmail.com

HÅLLTIDER LÖR 19 OKTOBER

Kl. 07:30	Hallen öppnar
Kl. 08:15	Domarmöte
Kl. 08:20	Ledarmöte Pool 1
Kl. 08:30	Förträning Pool 1
Kl. 09:13	Defilering Pool 1
Kl. 09:18	Tävlingsstart Pool 1
Kl. 11:14	Avslutning Pool 1
Kl. 11:30	Ledarmöte Pool 2
Kl. 11:40	Förträning Pool 2
Kl. 12:23	Defilering Pool 2
Kl. 12:28	Tävlingsstart Pool 2
Kl. 14:24	Avslutning Pool 2
Kl. 14:40	Ledarmöte Pool 3
Kl. 14:50	Förträning Pool 3
Kl. 15:33	Defilering Pool 3
Kl. 15:38	Tävlingsstart Pool 3
Kl. 17:34	Avslutning Pool 3

HÅLLTIDER SÖN 20 OKTOBER

Kl. 07:30	Hallen öppnar
Kl. 08:20	Domarmöte
Kl. 08:20	Ledarmöte Pool 1
Kl. 08:30	Förträning Pool 1
Kl. 09:17	Defilering Pool 1
Kl. 09:22	Tävlingsstart Pool 1
Kl. 11:28	Avslutning Pool 1
Kl. 11:45	Ledarmöte Pool 2
Kl. 11:55	Förträning Pool 2
Kl. 12:42	Defilering Pool 2
Kl. 12:47	Tävlingsstart Pool 2
Kl. 14:53	Avslutning Pool 2
Kl. 15:10	Ledarmöte Pool 3
Kl. 15:20	Förträning Pool 3
Kl. 15:56	Defilering Pool 3
Kl. 16:01	Tävlingsstart Pool 3
Kl. 17:36	Avslutning Pool 3

Då vi oftast är många lag på våra regiontävlingar ber vi er respektera våra hålltider. Ange inte för tidig samlingstid till era gymnaster/föräldrar. Tänk dock på ackrediteringstider för ansvarig ledare, se nedan.



FÖRTRÄNINGSG- OCH TÄVLINGSTIDER

Förträningss- och tävlingstider, se bilaga 1.

Ett utskick görs av arrangören. Vid ändringar pga. strykning etc. meddelas dessa på ledarmötet på tävlingsdagen.

Varje lag har 1 min förträning på fristående utan musik och 2,5 min per redskap i matta och hopp. Förträningen är till för att gymnasterna ska få prova redskapen samt få en överblick om hur det kommer att gå till på tävlingen.

ACKREDITERING/BEDÖMNINGSSUNDERLAG

Ackreditering innebär att truppen blir registrerad för deltagande i tävlingen.

- Ackreditering sker senast 1 timme före poolens tävlingsstart.

Vid ackrediteringen ska ansvarig ledare lämna in:

- Kompletta ifylld och underskriven deltagarlista med födelsedata (6 siffror), se bilaga 2.
- Bedömningsunderlag i 6 exemplar per gren, se bilaga 3. Ifyllda med symboler från svårighetstabeller, se mall på www.gymnastik.se/syd.

REDSKAPSINFORMATION

Hallen kommer att vara utrustad med:

1 luftgolv

1 mattvåd

1 station för handstående fall + handvolt/rondat (2+2 ansatsklossar, 1 tjockmatta)

1 blå Eurogym trampett 32 fjädrar

1 svart Dorado 36 fjädrar

1 plint i 6 delar

Uppbyggnad till mattberg 90/120 cm

Möjlighet till förhöjd ansats (4 st ansatsklossar)

Landning till luftgolv och trampett

Redskapsskiss, se bilaga 4. Fyll i och lämna till redskapsansvarig på tävlingen.

I samband med förträningen kontaktar respektive trupps ledare redskapsansvarige om sina önskemål, uppställning och eventuell hjälp under tävlingen. Det är ledaren som är ytterst ansvarig för att redskapen står rätt inför varje tävlingsframträdande.

Trampett får tas med, och måste då finnas tillgänglig för samtliga lag under hela förträningen och tävlingen för den egna poolen. Obs! Se Svenskas Redskapsreglemente för nivå 6–9 så att redskapen som tas med är godkända.

REGLEMENTEN OCH BESTÄMMELSER

Detta material finns på Gymnastikförbundets hemsida: www.gymnastik.se, och www.gymnastik.se/syd. Det är ledarens ansvar att kontrollera på hemsidan att man har den senaste versionen av reglementen och bestämmelser.



TÄVLINGSJURY

Tävlingsjuryn består av Gymnastikförbundet Syds TTK representanter Jannike Sjögren och Karin Risberg, arrangörens representant Sandra Malmborg samt överdomare i respektive gren.

LICENSER

Alla gymnaster ska ha tävlingslicens. Genom att fylla i och underteckna deltagarlistan försäkrar föreningen att alla gymnaster är licensierade. Dessutom intygar föreningen att ledaren har licens på rätt nivå för att passa gymnasterna på trampett.

DOMARE

Gymnastikförbundet Syds Trupptävlingskommitté tillsätter domare.

TÄVLINGSHALL

Tävlingen sker i Heleneholms Sporthall. Adress: Ystadvägen, 214 30 Malmö

INTRÄDE

Inträde för publik: 80 kr. Barn under 8 år gratis.

FÖRSÄLJNING

Försäljning av fika kommer ske på plats ex. toast, kaffe, te, saft, läsk, vatten och hembakade kakor. Betalning sker via Swish.

DEFILERING

Defileringscerimonier sker i startordning. Ta gärna med fana och/eller skylt.

SJUKVÅRD

Sjukvårdskunnig personal kommer att finnas till hands i hallen.

MUSIK

Musik behövs inte till matta och hopp, spellista ordnas av arrangerande förening.

Friståendemusik skickas in digitalt. Ladda upp musiken på Drive i rätt mapp för laget.

Namnge filen *tävlingsdag_pool_startnummer_lagnamn* T.ex. "Söndag_2_10_hoppochvolt brun"

https://drive.google.com/drive/folders/1UCF3LPqh0_kk03DKhBE12M4vNDSDTyxI?usp=sharing. Reservmusik tas med på ett USB-minne eller en enhet som kan kopplas till AUX.

BADGE/KNAPP

Samtliga deltagare får en badge/knapp som delas ut till lagen i varje pools avslutning.

Det är inte tillåtet att dela ut egna medtagna medaljer eller annan yttre belöning. Detta får i så fall ske i egen hall på hemmaplan. Det är meningen att gymnasten ska fokusera på sin egen prestation och motivationen ska komma inifrån.

STRYKNINGAR

Strykningar görs i så god tid som möjligt till arrangören, se information ovan, och till TTK Syd på ttksyd@gymnastik.se



RESULTAT

Med anledning av RFs riktlinjer för Barn- och Ungdomsidrott så kommer det inte längre publiceras resultat på regionala tävlingar. Inga poäng delges eller redovisas på plats eller online. Resultatet kommer heller inte att publiceras på hemsidan, men skickas per mejl till ansvarig för anmälan efter tävlingen.

Detta är bara en del i det arbete GF Syd håller på med just nu för att förstärka ett livslångt idrottande, där resultat ges liten uppmärksamhet. De vill med tävlingsgymnastiken i regionen stimulera till kvalitativ och långsiktig idrottslig utveckling och motverka toppning och utslagning.

WWW

Besök gärna vår hemsida www.motussalto.com/

SLUTLIGEN

Önskar vi dig lycka till med träning och förberedelser inför tävlingen. Glöm inte att ta med ett gott humör och vänligen lämna hallen i det skick den var i när ni kom.

BILAGOR

1. Förtränings- och tävlingstider
2. Deltagarlista
3. Bedömningsunderlag
4. Redskapsskiss

Bilaga 1 är bifogad detta PM, övriga bilagor hittar ni på www.gymnastik.se/syd under menyerna *Verksamheter - Truppgymnastik – Tävlingsbestämmelser – Regiontävlingar*

VARMT VÄLKOMNA ÖNSKAR

GK MOTUS-SALTO